

13.026 Rezance s tvarohom 100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
Hmotnosť v kg, l, ks								
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
rezance	5,50	5,50	7,00	7,00	8,00	8,00	9,50	9,50
soľ	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,20	0,20
maslo	1,00	1,00	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50
olej	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25
tvaroh	3,50	3,50	5,00	5,00	6,50	6,50	7,50	7,50
pažítka	0,10	0,07	0,15	0,12	0,15	0,12	0,15	0,12
hmotnosť porcie v g	170		230		280		320	

Výrobný postup

Cestoviny uvaríme v slanej vode podľa návodu, scedíme, prepláchneme studenou vodou, pomastíme olejom, aby sa nezlepili. Podávame každú porciu zvlášť, posypanú tvarohom, poliatu maslom a posypanú umytou posekanou pažitkou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B ₁	B ₂	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	1392	334	9,52	14,2	0,6	40,5	1,6	40,7	0,6	0,085	0,0	0,1	0,6	0,6
B	1890	454	12,77	20,9	0,9	51,8	2,0	57,7	0,8	0,126	0,1	0,2	1,0	0,8
C	2314	555	15,51	27,4	1,2	59,5	2,3	73,2	0,9	0,165	0,1	0,2	1,0	0,9
D	2775	666	18,17	33,5	1,5	70,5	2,7	84,3	1,0	0,199	0,1	0,2	1,1	1,1